الديوان الأميري
مكتب الإنماء الاجتماعي
سلسلة تشخيص الاضطرابات النفسية

إصدار خاص

اضطراب الضغوط التالية للصدمة (2)
(العلاج)

المحتويات
الموضوع

القياس والتقديم
"تقدير اضطراب الضغوط التالية للصدمة"

الهدف من تقدير اضطراب الضغوط التالية للصدمة

* المقابلة الكلينيكية المقننة (محددة البنية)

مفاهيم ومبادىء

نماذج من المقابلة الكلينيكية المقننة

قائمة المقابلة التشخيصية

طريقتا چاكسون وبريكسفيل

قائمة ضغوط الحرب

المقابلة المقننة لاضطراب الضغوط التالية للصدمة

قائمة المقابلة لاضطرابات القلق

المقابلة التشخيصية الدولية المجمعة

*المقابلة الكلينيكية المقننة عن طريق استخدام الدليل التشخيصي والإحصائي

(إعداد "الرابطة الأمريكية للطب النفسي ")

مزاياها وجدواها

تصميمها وإدارتها

- وصف تاريخ الحياة قبل الصدمة وبعدها
- تقدير العوامل المعرفية
- تقدير الحالات المرضية المصاحبة
- تقويم العوامل الثقافية والاثنية
- تقدير حاجات الآخرين المعنيين
- تقدير الجوانب القانونية

المقاييس السكومترية

* تمهيد
* قوائم التقرير الذاتي لأعراض اضطراب الضغوط التالية للصدمة
- نماذج خاصة بالضغوط المتعلقة بحرب فيتنام
- استبيان المحاربين القدامى (فيجلي)
- قائمة الضغوط (ولسون وكراوس)
- مقاييس آثار حرب فيتنام (حكومة الولايات المتحدة الأمريكية)
* مقياس مينسوتا للشخصية المتعدد الأوجه MMPI
* مقياسا اضطراب الضغوط التالية للصدمة في مقياس مينسوتا للشخصية المتعدد الأوجهMMPI PTSD

مقياس "كين وزملائه"، مستمد من الصورة الأصلية لمقياس مينسوتا

مقياس " شلنجر - كولكا"، مستمد من مقياس مينسوتا المعدلMMPI-2

* مقياس تأثير الأحداث الصدمية
* مقياس اضطراب الضغوط التالية للصدمة كما يطبق بواسطة الاختصاصي الكلينيكي
* مقياس ميسيسيبي لاضطراب الضغوط التالية للصدمة المتعلقة بالمعارك

الحربية
* مقاييس التعرض للمعارك الحربية
* دليل رد الفعل
* التقدير السلوكي متعدد الطرق
* قائمة الضغوط الصدمية
* مقياس خبرات الأحداث الضاغطة المحتملة
* استبيان تقويم الأحداث الضاغطة على مدى الحياة
* مقاييس نوعية لتقدير اضطراب الضغوط التالية للصدمة
- تقدير آثار التعذيب : استبيان هارفارد للصدمة
* مقاييس الاعتداء الجسمي والجنسي للكبار
* مقاييس اضطراب الضغوط التالية للصدمة لدى الأطفال
- مقياس اضطراب الضغوط التالية للصدمة لدى الأطفال
- التقدير الاسترجاعي للخبرات الصدمية
- استبيان صدمة الطفولة
- مقياس الإساءة والصدمة للطفل
* مقاييس تقدير الضغوط في الأسرة
* مقياس الخبرات الأسرية
* المقاييس النفسية الفيزيولوجية
* تعقيب

استراتيجيات التدخل العلاجي

* تمهيد
- مبادىء أساسية للعلاج التالي للصدمة
* فرض القابلية لتجاوز الضغوط واستعادة الفاعلة
أولا : الاستراتيجيات السيكوديناميكية
* نموذج " هورويتز "
* نموذج " لندي "
ثانيا : الاستراتيجيات السلوكية
* العلاج بالتفجر الداخلي (أو العلاج بالغمر)
* خفض الحساسية المنظم
* التمرينات السلوكية (البروفة السلوكية)
ثالثا : استراتيجيات العلاج المعرفي - السلوكي
* إعادة البناء المعرفي
* استراتيجيات التحصين ضد الضغوط
رابعا : استراتيجيات العلاج بالتنويم المغناطيسي
* الطريقة التأييدية
* الطريقة الكاشفة
* طريقة التنفيس
* الطريقة التكاملية

خامسا : الأساليب الحيوية والفارماكولوجية في علاج اضطراب
الضغوط التالية للصدمة
* مضادات الاكتئاب
* خافضات القلق
* موازنات المزاج
* مضادات الذهان
* العلاج المعرفي العصبي

الاستراتيجيات الاجتماعية
(نظام التكافل الاجتماعي والعلاج الأسري)

* تمهيد
- مفاهيم التكافل الاجتماعي
- مفاهيم الشبكة الاجتماعية
- وظائف التكافل الاجتماعي
* دور الأسرة باعتبارها مصدرا للتكافل الاجتماعي في خفض الضغوط الصدمية ومواجهة اضطراب الضغوط التالية للصدمة
* علاج الأسر ضحايا اضطراب الضغوط التالية للصدمة
(نموذج من الاستراتيجيات الوطنية لعلاج أسَرِ الأسرى)
- العلاج الأسري باعتباره سياسة اجتماعية
* أهداف العلاج الأسري لاضطراب الضغوط التالية للصدمة
* مشكلات الأسر ضحايا اضطراب الضغوط التالية للصدمة
*الحاجات الإرشادية والعلاجية للأسر ضحايا اضطراب الضغوط التالية للصدمة

استراتيجية العلاج الأسري

* تمهيد
- أبعاد استراتيجية العلاج الأسري
* التقويم والتقدير وبناء الوئام
* التهوية أو التفريغ، وهيكلة أو صياغة المشكلة
* إعادة هيكلة أو صياغة المشكلة
* تطوير نظرية للاستشفاء
* دور المعالج الاختصاصي في العلاج الأسري

تنمية مهارات التعامل مع الضغوط
"مهارات المواجهة"

* تمهيد

*** أنماط استجابات المواجهة**
*** المواجهة التي تركز على التقدير**
- التحليل المنطقي والتهيؤ العقلي
- إعادة التحديد المعرفي
- الإحجام أو الإنكار المعرفي
*** المواجهة التي تركز على المشكلة**
- البحث عن المعلومات والمساندة
- اتخاذ إجراء عملي لحل المشكلة
- السعي إلى الحصول على إثابات بديلة
*** المواجهة التي تركز على الانفعالات**
- التنظيم الوجداني
- التفريغ الانفعالي
- التقبل الواقعي أو الإذعاني

علاج اضطراب الضغوط التالية للصدمة عند الأطفال

استراتيجية التدخل الوقائي – العلاجي للأسرى وعائلاتهم

- الإفراج حالة من التناقض الوجداني
- فقدان معنى الحرية
- الإحساس بالغربة
- فقدان الإحساس بالسرور
- الشهية الزائدة
- الكلام الزائد
- العدوانية وإساءة استخدام الحرية
- القسوة
- التحرر من الوهم

* العوامل والمتغيرات المؤثرة في تطور الاضطراب لدى الأسرى وعائلاتهم فيما يتعلق بالأسير
- طول مدة الأسر
- المعاملة
- مساندة الجماعة
- انقطاع الاتصال بالعائلة

* عودة الأسير إلى المنزل وإعادة التكامل
- زيادة إيقاع الحياة تعويضا لآليات قتل الوقت
- القصد المتناقض
- الشعور بالذنب
- صلابة الشخصية

* فيما يتعلق بعائلات الأسرى
- الخوف
- حالة انفعالية صاعدة وهابطة
- الخدر النفسي

* عودة الأسير إلى المنزل
- مشكلات التكيف
- توقعات زائدة أو غير واقعية

* التدخل الوقائي - العلاجي للأسرى
- الأهداف
- التحرر النفسي الداخلي
- التكامل
- القسمات الرئيسة للتدخل الوقائي - العلاجي للأسرى

* إزكاء معنى الحياة إزاء "مؤامرة الصمت "
- المسئولية ومعنى الحياة

* تحرير الأسرى من أَسْرِ الأَسْرِ
- " أن يحرزوا تقدما أفضل " أكثر من مجرد " أن ينالوا شعورا أفضل "

* برامج التدخل
- توجهاتها

* المساعدة المهنية الفعالة

* السياسات والبرامج الحكومية

فنيات العلاج

* تمهيد

أولا : فنيات من العلاج المعرفي

* العلاج العقلاني - الانفعالي
* إعادة البناء المعرفي
* الحوار الذاتي الموجه
* اتخاذ القرار
* حل المشكلات
* التأمل
* التوجيه التوقعي

ثانيا : فنيات من العلاج السلوكي

* خفض الحساسية المنظم
* التدريب على التحصين ضد الضغوط
* التدريب التوكيدي
* التفجر الداخلي (الغمر)
* النمذجة
* التدريب السلوكي (البروفة السلوكية)
* لعب الدور
* المخيلة : مخيلة المواجهة والمخيلة الإيجابية
* إيقاف التفكير
* العون الذاتي
* التدريب على مهارات العلاقات الشخصية المتبادلة
* التغذية الراجعة
* التحكم في الألم
* التغذية الراجعة الحيوية

ثالثا : فنيات من العلاج الجشطلتي

* الكرسي الخالي
* المقعد الساخن
* إثارة الغضب
* التعبير عن الغضب
* الانفعال المستحث
* التحكم في الغضب

رابعا : فنيات التدريب على الاسترخاء

* الاسترخاء العضلي العميق
* التحكم في التنفس
* التدريب الذاتي
* التمرينات البدنية
* التدليك
* الغذاء والتغذية

خامسا : فنيات أخرى

* **الإصغاء الفعال**
* **الإرشاد أو العلاج الزواجي**
* **الشبكة العلاجية**
* **فنيات التناقض الظاهري**
* **التنويم المغناطيسي**
* **العلاج بالقراءة (القراءة العلاجية)**
* **تعيينات الواجبات المنزلية**
* **العلاج الجمعي**
* **العلاج الجمعي التفاعلي**
* **العلاج الجمعي المعرفي - السلوكي**
* **العلاج الجمعي النفسي الدينامي**
- **طريقة "منتدى الأحلام" (أو "سيمنار الأحلام")**
- **الجمع بين العلاج الفردي والعلاج الجمعي**

نموذج تكاملي
لعلاج اضطراب الضغوط التالية للصدمة

* **تمهيد**
* **المرحلة الأولى : المواجهة والتعليم**
* **إقرار الأمان والوسط الآمن**
* **تقدير مستويات الأمان وإعداد خطة للطوارىء**
* **التدخل المبكر في الأزمة، وتعرف الخلفية الثقافية**
* **بناء العلاقة القائمة على التعاطف**
* **التقدير والتشخيص المبدئي**
* **إقرار صيغة الصدمة**
* **التعليم**
* **التحكم المبدئي في أنماط سلوك معاودة الصدمية**
* **التحكم في الأعراض**
* **المرحلة الثانية : استكشاف الصدمة وتأثيرها**
* **العمل مع الذكريات**
* **التعامل مع الصدمية الثانوية**
* **تكامل التأثير الانفعالي للصدمة**
* **الارتباط بين العقل والجسم**
* **استخدام علاجات مساعدة أخرى**
* **انتقال آثار الصدمية إلى المعالجين**
* **المرحلة الثالثة : بناء المهارات وتقوية الذات**
* **تغير نظام المعتقدات**
* **تنمية المهارات الاجتماعية**
* **التقوية**
* **المرحلة الرابعة : التقويم والتكامل والإنهاء**

* بنـاء المعنى
* الاستشفاء الديني والروحي
* الوقاية من الانتكاس
* الإنـهاء

الأبعاد القانونية
لاضطراب الضغوط التالية للصدمة